

Incoming Vortrag 02.05.2019

Entstehung

Der Zürcher Unternehmer Viktor F. Fässler erlitt einen Herzinfarkt.

Nach dem Spitalaufenthalt entschloss er sich, die Zeit während der ärztlich verschriebenen ambulanten Rehabilitation in der Höhenlage von St. Moritz zu verbringen, wo reine Luft, Sonne und eine einmalige Landschaft zur Erholung einladen.

Der Haken dabei war, dass es im Engadin bis anhin kein Reha-Angebot für Herzpatienten gab. Dies, obwohl alle notwendigen Ressourcen vorhanden sind. In St. Moritz stellte Fässler sein eigenes Rehabilitationsprogramm zusammen. Ein voller Erfolg! Angetrieben von seinem persönlichen Erlebnis und seiner beruflichen Erfahrung im Gesundheitswesen entschloss er sich, im Engadin ein Angebot für die ambulante Herzrehabilitation und Prävention von Herz-Kreislauf-Erkrankungen zu schaffen. Dieses Angebot startete letztes Jahr und wurde nun von den Krankenkassen anerkannt.

Medizinische Kurtradition in St. Moritz

Das Heilbad St. Moritz und seine Mineralquellen (seit 1411 v. Chr.) haben St. Moritz – zusammen mit den alpinen Mooren, der einzigartigen Seenlandschaft, dem Oberengadiner Reizklima und der legendären Sonne – zu einer bewährten Gesundheitsdestination gemacht, insbesondere auch im Herz- und Kreislaufbereich.

Zur Erstellung von individualisierten Programmen für die ambulante Herzrehabilitation und Prävention von Herz-Kreislauf-Erkrankungen werden die bestehenden St. Moritzer und Engadiner Kapazitäten der medizinischen Einrichtungen, der Hotellerie und Parahotellerie sowie der Sport- und Fitnessanlagen mittels vertraglich festgelegter Partnerschaften und mit einer eigenen ärztlichen Leitung genutzt, die mit dem Universitätsspital Zürich eng zusammenarbeitet. Dabei werden die Qualitätsrichtlinien der schweizerischen Arbeitsgruppe für kardiale Rehabilitation SAKR berücksichtigt.

Konzept von Santasana

1. Aufstieg in einen herzgesunden Alltag: das heisst einen Aufenthalt im Engadin bringt die nötige Distanz zum oftmals stressigen und ungesunden Alltag. Die Kunden absolvieren ein strukturiertes und effizientes Herztraining, wobei die Engadiner Höhenlage, die Leistungsfähigkeit und damit das Genesungspotenzial noch verbessert.
2. Die Unterkunft: Die Herz-Kreislaufpatienten fühlen sich für die ambulante Behandlung besser in einem der drei Partnerhotels oder einer Ferienwohnung untergebracht als in einer Klinik. Dies können Sie bei Santasana.
3. Die Verarbeitung: einer Erkrankung ist Grundvoraussetzung für den Einstieg in ein herzgesundes Leben. Die Psychokardiologie ist in ihrem Programm miteingeschlossen und dient der nachhaltigen Bewältigung der Krankheit.
4. Die Ernährung: Neben der Bewegung ist für die Rehabilitation eine fortan lebenslange bewusste Ernährung ein tragendes Element.
5. Die Beratung: Für die Unterstützung durch die Familie und die Wiedereingliederung in den Beruf besteht ein breites Beratungsangebot.
6. Es besteht ein Notfallkonzept, das alle denkbaren Vorfälle miteinschliesst.

Programm der Behandlung

Die ein- bis dreiwöchigen ambulanten Santasana Rehabilitations- und Präventionsprogramme umfassen:

- Medizinische Eintrittsevaluation
- Angepasste körperliche Aktivität
- Behandlung der Risikofaktoren
- Gesunde Ernährung mit Anleitung in einem Kochkurs
- Life-Tracking
- Stressmanagement
- Anleitung zu herzgesundem Lebensstil
- Mentale Betreuung
- Medizinische Austrittsevaluation
- Individuelle Angebote für Begleitpersonen
- Jeder Gast erhält das Standardwerk «Gesundheitsmythos St. Moritz»

Dazu bietet die Santasana St.Moritz AG jedes Jahr im Herbst eine Herzwoche an wo man in den 8 Tagen, sein Herz untersuchen lassen kann und diverse Vorträge, Aktivitäten, Therapien und Kurse besuchen kann. In der Woche sind inbegriffen 7 Nächte im Hotel Laudinella St. Moritz.

PARTNERSCHAFT

